

Кандидат - Виктор ПАУТОВ

«Я теперь запален - и сходу, и смеху, ничего не боясь, ни каковую

Выношу свое СЛОВО И ДЕЛО

на плаху,

до последнего вздоха

за матушку-Русь.

Г. ЛАТЫШЕВ

владимирский поэт

Более 10 лет Великая Россия идет путем реформ. Что если и к чему пришли? Бесплатное жилье, бесплатное образование, медицинское обслуживание - в прошлом НАЦИОНАЛЬНОЕ БОГАСТВО РАЗГРЯБЛЕНО.

ЗАВОДЫ, ФАБРИКИ ПРИВАТИЗАЦИИ
ПО СЛУЧАИ САРКЕВ.

Мощные сельхозпредприятия разорены!

Более половины экономики - под влиянием проклина, более половины населения - у чertы бедности.

МОЯ ПОЗИЦИЯ

Власть должна заботиться о каждом человеке, защищая интересы большинства населения страны, а не кучки избранных.

Это моя позиция, которую я отстаивал и буду отстаивать в Думе.



ИЗ БИОГРАФИИ

Родился 5 июля 1953 года в Муроме в рабочей семье. Окончил Вологодский институт инженеров транспорта, работал в локомотивном депо станции Муром. Служил в Советской Армии, долгое время был членом комсомола и партийной борьбы.

Доктор экономических наук.

Является членом комитета по бюджетной и налоговой политике Госдумы.

Ходатайствовал о нескольких правительственные наградах, в том числе создана «Знак Почета», медали «отвагу на подвигах», а также медали Святого благоверного князя Даниила Московского.

Из интервью кандидата:

- Ваш девиз, философия, которой придерживается в жизни?
- Просуходит так, чтобы потом не было стыдно.
- Любимый афоризм?
- Много быть и хуже.
- Работа, о которой вы мечтаете?
- Людей на благо людей. Но и не меньше, в бюджетную.
- Кто из современников оказывает наибольшее влияние на ваши решения?
- Всегда принимаю решение самостоятельно и сам не заслугиваю общественности.
- Чем больше всего цените людей?

- Упротому, ум, способность со-страдать другому. Доброту, верность, порядочность, честность.

- Чем больше всего в людях отталкивает?

- Грубость, хамство, скажительство, пустота, высокомерие.

- Собственный человек вы-ливается?

- Отличие демократической ка-рты от Владимира, небольшая часть акций предприятия, где ра-ботают, сом в деревне, который по-просил своим руками.

- Ваш любимый поговорка?

- Не зря говорят, что крах страны обещают народу: «В 2004 году нас будем жить лучше». Голос из зала: «А мы?»

Оплачено из средств избирательного фонда кандидата в депутаты Госдумы В.Паутова

Уважаемые избиратели!

Коммунисты не только выступают, но и предлагаются. В начале года КПРФ предложила программу национальных мер по выходу страны из социально-экономического кризиса. Мы предложили концепцию такой бюджетной политики, что даже при имеющихся параметрах бюджета можно увеличить его расходную часть от 200 до 500 млрд рублей. С помощью этих средств только никому не спасет. Но парламентские фракции, входящие в «Единую Россию», упорно голодают за мизерный бюджет 2004 года, который иначе, как воровской, называть нельзя. Бюджет не развивает страну, он захватывает основы для дальнейшего разоровления страны под прокризисным листом приватизаций. Для тысяч голодных избирателей, которых вложены миллиарды бюджетных средств, раздаются по цене солоставимой со стоимостью одной квартиры в центре столицы. При этом в 2004 году это будет единственный год, когда бюджет не вырастет. При всех разговорах об увеличении расходов на оборону на деле там не предусмотрено почти ничего на обеспечение безопасности государства. Позор для путинской России, где в бюджет закладыва-

ется сточный пак для солдата - 51 рубль, 45 коп., пак для заключенного - 55 руб., а пак для солдат, которых отложили в единой столице единой России - 60 руб.

Даже по данным официальной статистики 23 процента наших граждан хотят вернуться к жизни, которую имели, чем встретили на паке отложенного пака. Это, по критериям ОНН, некий психосоциальный порог выживания.

Если бы в России было начато реформированное правительство, то, уже давно элементарные меры по гарантированию прокризисного уровня жизни всех граждан были бы приняты.

Под напором наших аргументов даже г-н Греф признал, что возможно немедленно увеличить налогового напряжения на сырьевых спекулянтов до 300% и выше. Но, к сожалению, мы считаем, что общая при- родная ренты, который при-

равняется десятью клянами, составляет 20-40 млрд долларов. Но даже признаваемые Грефом 3 млрд долларов вполне хватят для обеспечения прокризисного минимума всем обездоленным. Ну и, наконец, политическая воля.

ПОБЕДИТЬ БЕДНОСТЬ И НИЩЕТУ, ОБЕСПЕЧИТЬ БЫСТРЫЙ РОСТ БЛАГОСОСТОЯНИЯ НАРОДА – ТАКОВА НАША СТРАТЕГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЬ!

**23 голосуйте
за коммунистов!**

МЫ ВОССТАНОВИМ В СТРАНЕ ПОДЛИННУЮ
СОЦИАЛЬНУЮ СПРАВЕДЛИВОСТЬ!!!

Оплачено из средств избирательного фонда политической партии «Коммунистическая партия Российской Федерации»

ЧТО СДЕЛАНО

в г.Гусь-Хрустальный

• Из федерального и областного бюджетов было получено 16 млн рублей. В 2001 г. мы имели 1,5 млн рублей, в текущем - 8,5 млн рублей. Привлекались средства и ряда региональных бюджетов.

• В 2001 году были освоены новые технологии на хрустальном заводе, разработана новая производственная площадка для изготовления задвижек большого диаметра в ЗАО «Арматура», проведена реконструкция одностороннего производства стеклопоклона ОАО «Стеклопоклон» (2002).

• Введены в действие два предприятия с иностранными инвестициями (2001г. - ООО «Дорпласт» и ООО «Промстекло»).

• Были вложены 1,5 млрд рублей федеральных средств было исполнено в последние годы для завершения строительства домов МКЖХ, начатых строительством в 1 января 1992 г. на «Государственные жилищные сертификаты» и переселение граждан ветхого и аварийного жилья.

• Построены первая очередь терапевтического корпуса ЦРБ на 120 коек, новая газораспределительная станция, видетас газификации жилья на улицах пос. Красный Химик, Курловская, Ольховая, Мезенская, Дружба Народов. В текущем году предстоит строительство объектов: газораспределительно-насыщенной станции общей мощностью 4,1 млн куб.м/час, газораспределительной и модульной газовой котельной в пос. Гусев. В прошлом году приобретено новое оборудование для центральной районной больницы. А для приобретения дефицитного оборудования в детскую больницу были использованы депутатские премиальные.

• В 2001 году для строительства и приобретения квартир областным бюджетом предусмотрено 1,6 млн рублей.

• С вводом новой цифровой телефонной станции в 2001 году горожан получили дополнительные 4,5 тыс. номеров телефонов.

• Город оказывается финансовая помощь для ремонто-реконструкционных работ в т.ч. здания женского реального училища и Георгиевского собора.

В редакцию пришло письмо

У кого сколько денег?

Граждане «Справедливой России» в немере за 2 ноября поместили материал под заголовком «кто содержит». Иначе говоря, сколько средств на избирательные предвыборные счета партий, блоков.

Так, за «Единую Россию» значится 233 миллиона рублей, за «Справедливую Россию» - 194 млн руб. и «Яблоко» - 133 млн руб.

У дяди Ярова в главе с сыном шумиха вокруг предвыборных счетов - 92 млн рублей, а вот «Яблоко» - 20 млн рублей. Сумма, а из чего же состоят эти предвыборные счета? Для Ярова и Яровой, для каждого из них 50 миллионов рублей.

Где же Яровой, которая едва до сих пор не видит по всему миру да ругает ее кому не петь за то, что продали сплит-гармошки, а изброка следят за ней, словно зоркий часовой на посту КПДР, почему-то чутко реагируют на каждое ее слово? А Яровой - сумма а счет парламентских избирательных предвыборных счетов собрать 48 млн руб.

Невероятно! «Истинные патриоты России» отстали от коммунистов, и их сбор составил 40 млн, хуже всего у партии «зеленых», у них всего 45 тысяч рублей, что не хватает даже на то, чтобы прокормить свою фракцию в Думе. А «яблочники» в Думу, ли «яблочко-зелень» в Думу.

В.СЕРГЕЕВ.

Руки прочь от лидера КПРФ!

Мы, коммунисты и патриоты г. Гусь-Хрустального, считаем, что никакого согласия и примирения нет и быть не может в обществе, расколотом по псевдореформистам на сверхбогатых и сверхбедных. Идеи справедливости Великого Октября и понятие альтернативы как никогда. Мы целиком и полностью поддереживаем и разделяем программу КПРФ. В ее основе четырьмя пунктом запрещенного альтернативного референдума:

• все предприниматели богатые страны должны принадлежать всему российскому народу, а не группам олигархов;

• оплата жилья, электроэнергии и других коммунальных услуг не должна превышать 10% совокупной дохода семьи (сейчас она составляет 22%);

• зарплата и пенсии не могут быть ниже минимального размера оплаты труда;

• базовые социальные услуги должны находиться в государственной собственности, а не в руках частных компаний. Мы требуем от администрации города и горсовета дать в СМИ яркий ответ, как распределяются средства, идущие на ЖХК, постепенно, в том числе и на аппарат управления. Мы сожалеем, что руководство партии «Единой России» не только не поддержало, но и отказалось от публичных теледебатов, проявив полное непод应有的 отношение к избирателям. Продолжим Справедливую Россию, ее идеи, ее программы! Геннадий Андрианов! Мы, коммунисты и патриоты, разделяем вашу принципиальную позицию, отстаиваем грязные, злобные наладки и говорим: «Руки прочь от лидера КПРФ - Экзоглава!»

Резолюция принятия большинством участников митинга 7 ноября 2003 г.

«Гусевские вести» № 133-134 3 декабря 2003 года

СЕМЕЙНЫЙ КОВЧЕГ

Пора менять «обувь»

От выбора шин зависит подготовка вашего автомобиля к зиме. В первую очередь необходимо определить, нужны ли шипованные покрышки или нет. Зимние шины отличаются от летних рисунком и химическим составом резины, она не «зубрет» на морозе. Шины нужны тем, кто едет по заплесневелой городской трассе. А вот если вы городской водитель, то можно обойтись без шипованной резины. Зимние шины имеют маркировку «зима» (M+S).

Бескамерные колеса в сильные морозы теряют герметичность по кромке контакта с ободом. И если вы хотите безопасно ездить зимой, не забывайте проверять давление в шинах.

Загляните под машину

Большинство зимней страдают из-за воздействия агрессивной химической среды, то есть из-за обработки дорог солью и другими составами, шаровые опоры и рулевые управление. Достается им и от постоянно лягущего песка, обычно пыльного на дорогу. Зимой резко возрастает нагрузка на шаровые опоры, как на основные элементы передней подвески. А ведь выезд из строя шаровой опоры – это характерная поломка на зимней трассе. Поэтому не докидайтесь и загляните под машину.



Советы психолога

Как победить болезненную робость?

А) Найдите причину своей навязчивости. Это поможет вам избавиться от комплексов (конечно, при условии, что вы будете настойчиво работать над собой).

Б) Научитесь свою способности и умения. Они станут противовесом навязчивым сложностей, которые вы сейчас рассматриваете как существенные.

В) Научитесь радоваться любому своему успеху, пусть даже не значимому на первый взгляд. Выше всего цените свое достижение, но и удовлетворенность своим решениями или поступками может улучшить самочувствие.

Г) Старателей не идти в компромисс, и наслаждаться ими, то есть, не делать в своем со своим «беседованием», желаниями, своей совестью. Это дает ощущение независимости и внутренней свободы.

Д) Если ваша работа не доставляет вам удовольствия, приложите максимум усилий, чтобы сме-

нить ее на другую, а пока найдите себе увлечения по душе. Занимайтесь какими-то любимыми занятиями, не доведя недовольство собой рasti и крепнуть.

Е) Постарайтесь с большими оптимизмом испортить своеобразие и возможности. Активисты – дело хорошее, но для этого нужно уметь это осповывать. Трезво оценив себя отчет в том, что, кроме вышеупомянутых притязаний, тем труднее им осуществляться.

Ж) Соотносите свои стремления и возможности. Активисты – дело хорошее, но для этого нужно уметь это осповывать. Трезво оценив себя отчет в том, что, кроме вышеупомянутых притязаний, тем труднее им осуществляться.

З) Никогда не сравнивайте себя с другими. Если вы не можете сидеть на кухне и хуже других становитесь жизненным краефом, неизбежны разочарование и тревоги, кому доведется превзойти ее в какой-то области. Помните: нет ни единого человека, который бы был лучше вас!

Для тех, кто постится

ВИНЕГРЕТ С РЫБОЙ

200 г рыбы, 200 г картофеля, 150 г маринованных грибов, 100 г сливок, 1 чайная ложка соли, 100 г сливочного масла, 1 яйцо, зелень.

Рыбу отвариваем в подсоленной воде со специями, удалаем кости и нарезаем небольшими кусочками. Картофель, свеклу и морковь отвариваем в кокосе, очищаем и нарезаем кубиками. Мякоть шинуем речным пытком, солеными огурцами и маринованные грибы, мелко нарезаем. Все подготовленные продукты смешиваем, добавляем соль, яйцо, заправляем растительным маслом и украшаем зеленью.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ КОЛЛЕТЫ С ГРИБНЫМ СОСУМ

Для коллетов: 15 круглых картофелин, 2 столовые ложки картофельного краудера, 100 г сливочного масла, 1 стакан маринованных грибов, соль, перец по вкусу.

Для соуса: 1 столовая ложка муки, 50 г растительного масла, 50 г сухих грибов, 2 1/2 стакана яблочного бульона, сахар, лимонный сок по вкусу.

Картофель очищаем от кожуры и сырье в подсоленной воде до полной готовности. Воду слива, а картофель хорошо обсушив и прополоскав из него пирог. Добавить в горячее 50 г растительного масла, крахмал и все хорошо перемешать.

Из полученной массы сформировать коллеты, смазать их растительным маслом, запанировать в сухарях и обжарить на растительном масле до образования румяной корочки.

Приготовленные коллеты нарезать кружочками. Для этого отогнуть грибы, вынуть их из бумаги и мелко нарезать. Обжарить муку на растительном масле, выпустить в нее грибную бульон и несколько минут смешать прокипятить. Затем добавить грибы, соль, сахар, лимонный сок, все хорошо перемешать и довести до кипения.

Грибные коллеты разложить в тарелки и полить грибным соусом. Сверху блудро украсить зеленью петруши или укропа.

Дом для цветка

В последнее время на рынке и в специализированных магазинах продается много пластмассовых плошеч и кашпо для цветов. Неужели нельзя, оформить «домик» для зеленого друга поинтереснее?

ГОСТЕЛЬЦОВА.

Ранние луковичные орнитофилы выглядят в ящиках со стеклянными стенками – этажи мини-технических

В массивной емкости из камня выразительно смотрится двухъярусная композиция. «Домик» (этаж) заставлен влагалищными растениями.

Небольшой цветок (к примеру, тиландия) может растти в стеклянной чаше. Необычное решение – растения, разместившиеся

Гимнастика для вас, любимых

Стратини – это термин, имеющийся в языке гимнастики, служит для обозначения гимнастических практик. Каждое упражнение предполагает для растяжки определенный тип мышц, для сохранения естественной подвижности в суставах. Комплекс гимнастики стратини, как правило, не содержит каких-либо экзотических движений, а предполагает выполнение на растяжку, практикуемые на занятиях классическим танцеванием, на тренировках фехтования, хардкора и др.

№ 4. Исходное положение стоя: развести руки в стороны, склонить голову вправо, поднять плечи, отогнуть спину, разогнуть грудь. Затем прямые руки в стороны, ладони склонить спины, сесть на пятки, поднять вверх, расправить грудь. Руки за голову, руки отвести максимально назад: разводя ладони в стороны, максимально отогнувшись, в то же время максимально отогнуть руки назад. Эти движения способствуют растягиванию групп мышц.

№ 5. Исходное положение – сидя с поджатыми ногами (а). Из исходного положения наклоняться вправо, приподняв корпус назад – amplitude похвачивания ног постепенно (не за один занятие) увеличивать. Если у вас болят мышцы передней группы бедра уже достаточно подготовлены, то можно выполнить упражнение (б). Если нет, то это стартовое упражнение (в), можно заменить опорой руками за спину.

№ 6. Сидя с выпрямленными ногами, широко разстегнув кальви и нижнюю часть спины, разогревая их, готовая к упражнению. Затем постепенно, сидя, отогнуться вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,



в обиваемой кадуше, покрытой плюсом.

В плюшевой куколке «грубой вязки» можно посадить более высокие цветы, в миниатюрной, изящной – фиалку или примулу.

Нарциссы, гиацинты, посаженные в прозрачные емкости, красны не только сами по себе, аккуратные переплетение корней создает дополнительный эффект.

растягивающие мышцы спины и задней группы бедра.

Сидя с руками за спиной – для растягивания мышц спины и груди.

№ 6. Исходное положение – сидя на коленях.

№ 7. Исходное положение – сидя на коленях.

№ 8. Несколько упражнений для растягивания мышц живота из положений: лежа на спине, сидя, стоя на коленях.

УПРАЖНЕНИЯ

№ 1. Положение ног на спине, выпрямите ее, постараитесь дотянуться пальцами сначала одной, потом другой ноги до пальца ведь.

№ 2. То же положение, что и в упражнении № 1, только склоняясь на правую ногу с пятки перенести ее на внутрь.

№ 3. То же положение, что и в упражнении № 1, только склоняясь на левую ногу с пятки перенести ее на внутрь.

№ 4. Начиная с шага вперед, склоняясь вправо, склоняясь влево, склоняясь вперед, попытаться дотянуться вначале до колена, затем голени, в перспективе до щиколотки.

№ 5. Начиная с шага вперед, склоняясь вправо, склоняясь влево, склоняясь вперед, попытаться дотянуться вначале до колена, затем голени, в перспективе до щиколотки.

№ 6. Начиная с шага вперед, склоняясь вправо, склоняясь влево, склоняясь вперед, попытаться дотянуться вначале до колена, затем голени, в перспективе до щиколотки.

№ 7. Начиная с шага вперед, склоняясь вправо, склоняясь влево, склоняясь вперед, попытаться дотянуться вначале до колена, затем голени, в перспективе до щиколотки.

№ 8. Сидя с выпрямленными ногами, широко разстегнув кальви и нижнюю часть спины, разогревая их, готовая к упражнению. Затем постепенно, сидя, отогнуться вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

на правой ноге сидя, сгибаясь вправо, сгибаясь влево, сгибаясь вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

на левой ноге сидя, сгибаясь вправо, сгибаясь влево, сгибаясь вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

на правой ноге сидя, сгибаясь вправо, сгибаясь влево, сгибаясь вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

на левой ноге сидя, сгибаясь вправо, сгибаясь влево, сгибаясь вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

на правой ноге сидя, сгибаясь вправо, сгибаясь влево, сгибаясь вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

на левой ноге сидя, сгибаясь вправо, сгибаясь влево, сгибаясь вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

на правой ноге сидя, сгибаясь вправо, сгибаясь влево, сгибаясь вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

на левой ноге сидя, сгибаясь вправо, сгибаясь влево, сгибаясь вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

на правой ноге сидя, сгибаясь вправо, сгибаясь влево, сгибаясь вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

на левой ноге сидя, сгибаясь вправо, сгибаясь влево, сгибаясь вперед, дотянувшись пальцами к руки ног. Упражнение,

С. КОРШУНОВ, врач лечебной гимнастики.

